

Управление образования города Ростова-на-Дону
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Железнодорожного района города Ростова-на-Дону
«Дом детского творчества»

ПРИНЯТО

на заседании педагогического
совета

Протокол от «29» августа 2025г.
№ 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО ДДТ

Андреева Н.Н.

Приказ от «29» августа 2025 г. № 181

СОГЛАСОВАНО

на заседании методического совета

Протокол от 29 августа 2025г.
№1

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Ансамбль народного танца «Забава»»

Подвид программы: модифицированная

Уровень программы: продвинутая

Целевая группа (возраст): от 5 до 17 лет

Срок реализации: 7 лет, 1512 часов

первый год обучения: 216 часов

второй год обучения: 216 часов

третий год обучения: 216 часов

четвертый год обучения: 216 часов

пятый год обучения: 216 часов

шестой год обучения: 216 часов

седьмой год обучения: 216 часов

Форма реализации программы: очная

Разработчик: педагог

дополнительного образования

Курочкина М.А.

г. Ростов-на-Дону
2025

Актуализация программы

В соответствии со статьей 13 Федерального закона об образовании, часть 9 и Приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» пункт 11 - «Организации, осуществляющие образовательную деятельность, ежегодно обновляют дополнительные общеобразовательные программы с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы».

В дополнительную общеобразовательную программу ансамбль народного танца «Забава»

на **2025-2026** учебный год внесены следующие дополнения:

- внесены изменения в последовательность разделов программы, в соответствии с новыми методическими рекомендациями.
- внесены изменения в учебно-тематические планы

1.1. Пояснительная записка

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического воспитания подрастающего поколения. Проблема построения модели образовательного процесса на основе многовековых культурных традиций русского народа, его богатейшего культурного наследия является в настоящее время особенно актуальной.

Дополнительное образование - одна из возможностей человека войти в социальную деятельность через собственный выбор сфер реализации своих талантов. Оно направлено на развитие творческого потенциала детей и подростков, на создание возможностей их дальнейшего культурного роста. Этому служит художественно-эстетическое воспитание в целом и, в частности, занятия хореографией.

Хореографическое искусство – массовое искусство, доступное всем. Занятия танцем способствуют развитию общекультурного кругозора, формируют определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели человека: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение. Занятия хореографией приносят радость, формируют интерес к познанию мира танца в разных его проявлениях.

Воспитание детей через приобщение к лучшим традициям хореографического искусства в целом, и народной танцевальной культуре в частности, стремление более полно развивать у обучающихся уже имеющиеся творческие способности, повлекло за собой идею создания ансамбля народного танца «Забава». Школа – это выучка, приобретение знаний и опыта. Обучение в школе танца предполагает реализацию развёрнутой образовательной программы, где кроме приобретения практических навыков по хореографическим дисциплинам, предусматривается изучение основ эстетики, истории танца и русского балета; ознакомление с лучшими образцами отечественной и мировой хореографии. Важным аспектом реализации программы является изучение различных танцевальных направлений (народный танец, классический танец, современная хореография).

Подобная школа призвана обеспечить будущее хореографического коллектива - подготовить приток новых сил в ансамбль. Дать возможность создать и утвердить качественно новый репертуар на русской национальной основе, пополнить его характерными танцами других народов, поднять качественный уровень владения искусством хореографии.

Ансамбль народного танца «Забава» был создан в 2020 году. Современное отношение к истокам национальной культуры позволило не

только заявить о необходимости возрождения былых национальных традиций и духовности народного танца, но и разработать учебно-образовательную программу. Направленность программы - художественно-эстетическая.

2.1. Направленность образовательной программы - художественная. Занятия в школе танца приобщают учащихся к пониманию и изучению искусства хореографии, знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России. Образовательная программа ансамбля народного танца «Забава» реализует идею, связанную с развитием и изучением российской культуры в целях сохранения наследия народного танца. В ходе реализации программы используются современные методики и новации, опора на свой личный практический опыт работы в области хореографии.

2.2. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

Отличительной особенностью данной программы от уже существующих программ этой направленности является то, что это комплексная программа, составленная специально для школы танца. Разработана она с учётом психофизиологических особенностей детей и их физических возможностей. Она рассчитана на обучение детей хореографии, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение профессиональных навыков и совершенствование этих навыков.. Занятия в ансамбле народного танца «Забава» рассматриваются как система общего эстетического и общественного воспитания; программа включает в себя не только тренировочные упражнения, определенный репертуар и беседы по искусству, но и тематику занятий по правилам общественного поведения, танцевальному этикету, музыкальной грамоте. **Новизна и оригинальность** авторских идей заключается в поиске новых форм и путей совершенствования через учебный материал на национальной основе (образы и особенности народного танца), через ввод новых дисциплин (история хореографии, искусство балетмейстера).

Характерными особенностями данной программы также являются достижение максимальной усвояемости материала за счет темпоритма занятий и наличие собственной системы хореографической работы с детьми. Использование инновационных приемов и методов обучения, а именно:

- **мастер-классов**, с приглашением педагогов других танцевальных коллективов;
- **применение психофизических тренингов** для создания комфортной обстановки и развития креативности;
- **презентации самостоятельных работ** обучающихся – творческие танцевальные конкурсы внутри коллектива.

Эти особенности также отражают **новизну** программы.

Важной составляющей данной программы является, с одной стороны, ориентация на общечеловеческие ценности танцевальных культур разных народов в целом, а с другой – установка на развитие творческой индивидуальности ребенка, приобретение и расширение знаний по хореографии. Это и определяет **актуальность программы**.

2.3. Цель и задачи дополнительной образовательной программы

Цель программы:

- формирование творческой личности, владеющей искусством хореографии на высоком уровне; раскрытие и развитие природных задатков и творческого потенциала обучающихся, средствами хореографического искусства;
- формирование основ допрофессиональной хореографической подготовки.

Задачи программы:

образовательные:

- ознакомление с лучшими образцами хореографического искусства: классического, народного и современного танца;
- формирование танцевальных знаний, умений, навыков, музыкально-танцевальных способностей на основе овладения и освоения основ хореографической культуры;
- обучение умению анализировать средства композиционной выразительности танца;
- приобретение знаний в области классического и современного хореографического искусства, изучение техники и терминологии народного танца.

развивающие:

- развитие творческого воображения, художественного мышления на основе знакомства с творчеством выдающихся русских и зарубежных балетмейстеров и исполнителей;
- развитие чувства ритма и музыкальности детей, их моторно-двигательной и логической памяти;
- развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце;
- развитие коммуникативных и организаторских способностей и разносторонних качеств личности обучающихся путём приобщения их к культурному наследию своей страны, к сотрудничеству в процессе коллективной деятельности;
- развитие художественного и эстетического вкуса.

воспитательные:

- воспитание личности ребенка через пробуждение в них гражданской и творческой инициативы, уважительного отношения к профессии балетмейстера и членам коллектива;
- воспитание духовно-нравственных качеств обучающихся средствами хореографического искусства;

- воспитание общей культуры обучающихся, чувства уверенности в своих силах;
- воспитание любви и уважения к народным традициям.

Основу данной программы составляют педагогические идеи и принципы выдающихся хореографов нашей страны - Вагановой А.Я., Устиновой Т. А., Моисеева И., Боголюбской М. С., которые считают, что основополагающими музыкально-педагогическими методами являются - знание искусства народа и законов сценической жизни танцев, а также создание образа танца.

Данная программа рассчитана на детей, разных по уровню умений вне зависимости от их природных способностей, не имеющих перед собой явной цели сделать в дальнейшем хореографию своей основной профессией (в отличие от специальных учебных заведений), не имеющих ограничений на двигательную деятельность в связи с проблемами в состоянии здоровья.

Одним из главных направлений обучения по программе является ориентация на дифференциацию и индивидуализацию обучающихся. Работа эта включает в себя образование и воспитание в семье, школе, и, конечно же, художественное воспитание в школе танца. В ходе реализации программы используются следующие **принципы**:

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся, закономерностей их природного развития, распределение физической нагрузки в соответствии с этим;
- доступность, наглядность, адекватность, последовательность в изложении учебного материала.

Программа ансамбля народного танца «Забава» предназначена для учащихся младшего и среднего школьного возраста 5-17 лет; рассчитана на 7 лет обучения.

Формы обучения - групповые занятия по хореографии, а так же используются сводные репетиции коллектива. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа (3х45минут) – групповые занятия. Количество учебных часов в год – 216. И сводные репетиции 2 раза в неделю по 2 часа (2х45минут). Количество учебных часов в год – 144. Групповые занятия по гимнастике проводятся 2 раза в неделю по 3 часа. Кол-во учебных часов в год — 216.

За семилетний период обучения в школе танца обучающиеся имеют возможность развить и применить свои способности, приобретают опыт собственной творческой деятельности. Это характеризуется участием в концертах, фестивалях, конкурсах, открытых занятиях и т.д., то есть даёт

возможность показать результаты своего труда и творчества, что отвечает поставленным задачам.

Формы контроля:

1. Входная диагностика осуществляется при приеме детей в школу танца. Дети тестируются по следующим критериям: физические данные, координация движений, чувство ритма, музыкальность, внимание, эмоциональность.
2. Текущий контроль практически осуществляется на протяжении всего учебного года. Педагогом учитывается уровень выполнения учебных заданий обучающимися в классе, оценивается периодичность участия в концертной деятельности. В конце каждого месяца проводится контрольное занятие. В конце полугодия и в конце учебного года – открытые занятия (показы).
3. Рубежный контроль осуществляется при переходе от одного этапа к другому. Формой такого контроля служит контрольно-переводное занятие.

Диагностика результативности реализации программы. Степень освоения программы отслеживается при помощи педагогической диагностики, которая позволяет педагогу отследить ход развития некоторых хореографических параметров. Критерии уровня освоения программы разработаны на основе критериев Н.Ф. Виноградовой, и модифицированы в соответствии с программой хореографического детского объединения:

-репродуктивный уровень усвоения программы (обучающийся действует по предложенному образцу; требует педагогической помощи для планирования деятельности; требует определённого способа постановки педагогом учебной задачи);

- конструктивный уровень усвоения программы (обучающийся проявляет творческую самостоятельность и активность; планирует и организует свою деятельность; владеет правилами культуры межличностных отношений);

- креативный уровень усвоения программы (обучающийся применяет полученные знания в нестандартных ситуациях; познавательная деятельность направлена на освоение и обработку информации; проявляет артистичность, стремится к оригинальности в исполнении; может предложить новые варианты решения поставленной задачи).

Данная диагностика проводится в конце учебного года и позволяет педагогу совершенствовать образовательно-воспитательный процесс и способы работы с детьми и т. д.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы ансамбля народного танца «Забава» являются открытые занятия, зачёты, контрольные занятия, выступления в различных концертных программах, конкурсах, фестивалях. Результатом овладения навыками и знаниями является контрольно-переводное занятие и отчётный концерт в конце каждого учебного года. По окончании школы танца обучающимся выдаётся свидетельство (наиболее талантливые и одаренные дети продолжают занятия в хореографическом ансамбле).

Основными разделами программы ансамбля народного танца «Забава» являются хореографические направления:

- **народный танец** (в основном, на основе проживающих в данном регионе народов);
- **классический танец**, как основная учебная дисциплина (в форме тренажа для развития техники и выразительности);
- **современная хореография**, как вид хореографии, который позволяет более свободно выражать художественный замысел.
- **гимнастика**, как основная учебная дисциплина, направлена на развитие гибкости, растяжки, развития силы мышц и координационных способностей обучающихся.

Народный танец – родоначальник всех видов хореографического искусства и профессиональной хореографии. Народно-сценический танец знакомит с сокровищницей народного танцевального искусства, учит пользоваться ею и прививает любовь к этому виду танца, а также предполагает большую работу над характером танца. Система тренажа народно-сценического танца построена на методике преподавания И.Моисеева.

Классический танец – это главная система выразительных средств балетного искусства, выработанная великим педагогом классического танца А. Вагановой. Предмет «классический танец» является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин, источником высокой исполнительской культуры. В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас хореографической лексики. Занятия классическим танцем оказывают также воспитательное воздействие: у учеников вырабатываются такие качества, как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, аккуратность.

Современная хореография – динамичная развивающаяся система, включающая в себя технику джаз-модерн и такие новые направления, как contemporary и street dance. Она создаёт достаточную свободу в выборе лексического материала, именно эта особенность позволяет создать свой выразительный язык движений. Занятия джаз-модерн танцем способствуют не только физическому развитию детей, но и создают возможность для

творческой самореализации личности, так как танец позволяет создавать свою собственную философию, даёт возможность представить свой взгляд на мир. В связи с тем, что в современной хореографии нет достаточно выработанной обучающей программы, то за основу взята методика преподавания известного педагога модерн-джаз танца В.Никитина и информация, полученная на мастер-классах.

Гимнастика - одно из средств физического воспитания - представляет собой совокупность специально отобранных физических упражнений для воздействия на организм человека, чтобы менять его здоровье и нравственные качества, а также устранять физические недостатки. С ее помощью формируются жизненно необходимые навыки двигательной деятельности, физические качества, ее компонентами основные движения, общеразвивающие упражнения, построение и перестроение, танцевальные упражнения.

Кроме этих основных разделов программа включает в себя такие разделы как: «Ритмика», «Партерная гимнастика», «Азбука музыкального движения», «Постановочная и индивидуальная работа», «История танца», «Искусство балетмейстера».

Работа с одарёнными и «трудными» обучающимися. В сфере дополнительного образования детей сегодня ведётся поиск путей решения многих социально-педагогических проблем, стоящих перед системой образования. К числу таких проблем относится поддержка различных категорий детей: одарённых; детей, оставшихся без попечения родителей; т.н. «трудных» подростков. В процессе обучения по программе ансамбля народного танца «Забава» ведётся целенаправленная работа по выявлению и поддержке одарённых детей. Каждый одарённый ребёнок – индивидуальность, требующая особого подхода. Индивидуально-личностный подход к каждому такому воспитаннику требует создания условий для их оптимального развития. В коллективе также создаются социально-педагогические и психологические условия для оказания помощи воспитанникам с асоциальными нормами поведения, имеющим проблемы в общении со взрослыми и сверстниками.

Партнёрские взаимоотношения с родителями. Огромную роль в жизни коллектива играет взаимодействие педагога, обучающихся и их родителей. В ансамбле народного танца «Забава» родители вовлечены в образовательный процесс. Они с воодушевлением воспринимают все достижения своих детей, с удовольствием приходят на концерты обучающихся. Психолого-педагогическая диагностика проводится как с обучающимися, так и с их родителями.

Ожидаемые результаты реализации программы:

- формирование творческой личности, владеющей искусством хореографии на высоком уровне; раскрытие и развитие природных задатков и творческого потенциала обучающихся средствами хореографического искусства;
- развитие музыкально-танцевальных способностей на основе овладения и освоения основ хореографической культуры;
- приобретение знаний в области народного, классического и современного хореографического искусства; воспитание общей культуры обучающихся;
- развитие коммуникативных и организаторских способностей и разносторонних качеств личности обучающихся путём приобщения их к культурному наследию своей страны, к сотрудничеству в процессе коллективной деятельности;
- формирование основ допрофессиональной хореографической подготовки;
- изучение лучших образцов хореографического искусства : классического, народного и современного танца;
- развитие художественного и эстетического вкуса;
- воспитание любви и уважения к народным традициям.

Учебно-тематический план 1-й год обучения

№	Наименование разделов и тем	Основные виды деятельности	Кол-во часов	
			теория	практика
1.	Организационная работа.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
2.	Ритмика.	Работа над постановкой корпуса. Изучение упражнений на натянность ног и постановку спины. Упражнения на развитие чувства ритма. Тренаж на умение ориентироваться в пространстве. Изучение танцевальных элементов. Танцевальные передвижения под разные ритмы.		27
3.	Музыкальная азбука	Ознакомление с понятием ритмичности музыки (марш, вальс, полька; музыкальные размеры 2/4, $\frac{3}{4}$, 4/4). Изучение определений «линия», «колонка», «шеренги», «диагонали», «звёзды», «кресты»; перестроение по кругу, в пары; поклоны. Контрастная музыка: быстрая-весёлая, медленная-грустная.	1	25
4.	Партерная	Изучение упражнений, направленных на	1	25

	гимнастика.	развитие гибкости и растягивание мышц. Изучение упражнений на: постановку спины, работу стоп; на натянутость ног; на растяжку мышц.		
5.	Классический танец.	Экзерсис у станка: Постановка корпуса лицом к палке: позиции ног I, II, III, V и IV выв. позиции. Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног. Demi – plies: I, II, III, V, IV позиции. Battements tendus в сторону, вперед, назад(сначала на 4 т 4/4, позже на 1 т. 4/4): а) по I позиции; б) demi – plies по I позиции.; в) по V позиции.; г) demi – plies по V позиции; д) passe par terre по I позиции. Понятие направлений en dehors en dedans . Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans. Rond de jambe par terre en dehors en dedans с остановкой по ¼ круга. Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперед, назад как подготовка к battements tendus jetes. Положение ноги sur le cou – de – pied основное и условное спереди и сзади. Releves на п/п по I, II позициям с вытянутых ног и с demi – plie. Battements releves lents на 90 градусов с I и V позиций в сторону, вперед и назад. Экзерсис на середине зала: Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III. Поклон по I позиции. Demi – plies по I, II, III, V, IV позиция en face. Battements tendus в сторону, вперед, назад: а) по I позиции; б) demi – plies по I позиции. Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.	3	48

		Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперёд, назад по I позиции. I port de bras. АПЕГРО: Трамплинные прыжки по VI, I, II позициям. Temps saute по I, II на середине, V позиции лицом к палке. Changement de pied по V позиции лицом к палке.		
6.	История танца.	Происхождение танца. Ознакомление с основными направлениями хореографии.	5	
7.	Постановочная работа.	Изучение идеи танцевальной композиции; разновидности, взаимосвязь танцевальных фигур; разучивание базовых танцевальных фигур.		80
8.	Участие в фестивалях и конкурсах сценического искусства различного уровня.			
Всего			216 часов	

Критерии уровня учебных достижений на окончание 1-го года обучения:

- иметь представление о танце, как виде искусства; знать основные направления хореографии;
- различать темп, ритм, характер музыки (метры: 2/4, 3/4, 4/4; темп умеренный);
- знать понятия «вступление», «начало», «конец» хореографического предложения;
- иметь простые навыки двигательной координации и памяти;
- уметь ориентироваться в танцевальном зале;
- овладеть азами классической хореографии (позиции ног, рук, «гранд батман», «плие», «ронд де жамб», повороты на 180-360* на двух ногах и т.д.);
- уметь исполнять базовые танцевальные элементы, соответствующие 1-му году обучения по программе;
- знать историю происхождения хореографии;
- овладеть элементарными навыками сценического поведения.

**Учебно-тематический план
2-й год обучения**

Критерии уровня учебных достижений на окончание 2-го года обучения:

- иметь представление об основных танцевальных хореографических направлениях; - изучить новые термины классического танца; сценического экзерсиса, владеть его первоначальными навыками;
- освоить элементарные танцевальные движения современной хореографии;
- владеть исполнительским мастерством сценического танца, развить двигательные навыки на середине; уметь выразительно и ритмично двигаться с разнообразным характером музыки, музыкальными образами- уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным исполнением- иметь представление об особенностях народно-соответствующим второму году обучения по программе;
- знать историю развития хореографии в соответствии с учебным планом, соответствующем 2-му году обучения по программе;
 - владеть элементарными навыками сценического поведения.

№	Наименование разделов и тем	Основные виды деятельности	Кол-во часов	
			теория	практика
1	Организационная работа.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
2.	Партерная гимнастика.	Выполнение упражнений в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу: - на работу стоп по позициям ног; - упражнения на натянутость ног; - упражнения на развитие выворотности; - упражнения на растяжку; - упражнения на развитие гибкости; - упражнения на растягивание позвоночника.	1	15
3.	Музыкальная азбука.	Изучение понятий «мелодия», «гармония», «ритм», «лад». Формирование способности пластически выразить параметры музыки: мелодию (кантиленность); гармонию (характер движений); ритм; лад : мажор – минор (светлое, радостное – тёмное, грустное); акцент (органный пункт; силу звука).	1	14
4.	Классический танец.	Классический тренаж у станка и на середине зала, работа над выворотностью и натянутостью ног.	2	30

	Ознакомление с положением epaulement croise et efface на середине зала. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА: Grand plies по I, II, III и V позициям. Battements tendus на 1 т. 2/4: а) par le pied во II позиции; б) с demi – plie без перехода и с переходом во II позиции; в) plie-soutenus по V позиции Battements tendus jetes в сторону, вперед, назад: а) по I и V позициям; б) piques. Preparation для rond de jambe par terre en dehors en dedans. Rond de jambe par terre en dehors en dedans: а) слитно на 1 т. 4/4; б) demi – rond de jambe par terre на plie. Battements fondus в сторону, вперед, назад носком в пол, позднее на 45 градусов. Подготовка к rond de jambe en lier (движение ноги по прямой от себя, к себе). Battements frappes в сторону, вперед и назад носком в пол, затем на 45 градусов. Petits battements sur le cou – de – pied без акцента. Grand battements jetes в сторону, вперед, назад с I и V позиций. Battement retires, положение passe у колена. Battement developpe в сторону. Releve на п/п по V позиции с вытянутых ног и с demi – plie. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА. Demi – plies по V и IV позициям epaulement. Grand plies по I, II en face, по V позиции en face et epaulement. Battements tendus: а) по V позиции в сторону, вперед, назад; б) demi – plie по V позиции; в) с plie soutenus. Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперед, назад как подготовка к battements tendus jetes по V позиции. Rond de jambe par terre en dehors en dedans по ¼ круга. Preparation для rond de jambe par terre en dehors en dedans. Battements frappes в сторону, вперед и назад	
--	--	--

		носком в пол. Положение epaulement croise et effase. Позы croise et effase носком в пол. II port de bras. Grand battements jetes в сторону, вперед, назад с I позиции. Relevés на п/п по I, II позициям с вытянутых ног и с demi – plie. Pas польки. AIEGRO: Temps saute по V позиции на середине. Changement de pied на середине. Pas echappe по II позиции лицом к палке.		
5.	Народно-сценический танец	Ознакомление с особенностями народно-сценического экзерсиса и изучение движений в начальной простейшей форме: Demi и grand plie по I, II, III, V позициям: а) с акцентом вниз; б) с акцентом вверх. Battements tendus: а) с переходом Р.Н. с носка на каблук; б) с подъемом пятки О.Н.; в) с plie момент перевода ноги на каблук. Battements tendus jetes: а) основной вид; б) с demi-plie в момент броска; в) с demi-plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию; г) с подъёмом пятки О.Н. Каблучные упражнения: а) основной вид; б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.; в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой. Подготовка к flic – flac: а) основной вид; б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию; в) с переступанием. Характерный ronde de jambe и ronde de pied: а) до стороны; б) полный ronde ; в) с plie. Выстукивания: а) поочередные удары всей стопой; б) двойные удары; в) двойные с подскоком; г) с переносом Р.Н. из положения III поз. спереди в положение III поз. сзади и с разворотом в невыворотное положение; д) «русский ключ» – простой. Battements fondus – основной вид. Pas tortilla: а) основной вид; б) с двойным поворотом стопы.	1	30

		Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»: а) основной вид; б) с подъёмом на п/п О.Н. в момент подъёма Р.Н. вверх; в) с разворотом бедра. Battements developpe: а) основной вид; б) с plie. Grand battements jetes: а) основной вид; б) с опусканием Р.Н. в положение pointe или на каблук; в) с demi-plie на О.Н. и задержкой ноги в воздухе. Изучение и освоение упражнений лицом к станку: -подготовка к «голубцу». Подготовка к «штопору» и «штопор». Подготовка к «качалочке» и «качалочка». Releve на п/п. Перегибы корпуса. Изучение танцевальных элементов русского, белорусского, украинского танцев и танцев народов Прибалтики.		
6.	Современная хореография	Освоение танцевальных движений на основе изучения тематических разделов: «Изоляция»; «Упражнения для позвоночника»; «Уровни»; «Кросс»; «Перемещение в пространстве»; «Комбинация или импровизация».	1	30
7.	История танца.	Изучение основных танцевальных направлений. Изучение периодов развития танца. Изучение видов современного танцевального искусства. Народный танец – источник всех видов хореографии.	5	
8.	Постановочная часть	Постановка, изучение идеи танцевальных композиций. Отработка элементов танца. Работа над музыкальностью, синхронностью в исполнении. Отработка чёткости и чистоты рисунка, построений, перестроений. Работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.		85
9.		Участие в фестивалях и конкурсах сценического искусства различного уровня		
		Всего		216 часов

Учебно-тематический план
3-й год обучения:

№	Наименование разделов и тем	Основные виды деятельности	Кол-во часов	
			теория	практика
1	Организационная работа.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
3	Азбука музыкального движения. Развитие музыкальности и ритмичности.	Импровизация под различные музыкальные фрагменты, пластически отражая характер музыки.	1	8
4	Партерная гимнастика	Выполнение упражнений, направленных на постановку спины: а) работа головы при подтянутой спине в положении сидя; б) работа стоп в этом же положении. -выворотной позиции ног: а) при натянутой и сокращённой стопе; б) варианты battment tendus jetes. -работа над выворотностью. а) passes; б) releves; в) developpes. -работа над силой ног: grand battments во всех направлениях. -растяжки; -упражнения на гибкость.	1	14

5	Классический танец	ЭКЗЕРСИС У СТАНКА. Grand plie по IV позиции. Battements tendus: а) в позе epaulement et efface; б) с demi – plie с переходом по IV позиции вперед и назад, в сторону по II позиции. в) battements soutenus в сторону, вперед, назад носком в пол. 3. Battements tendus jetes в сторону, вперед, назад: а) с demi – plie; б) в позе epaulement et efface. Rond de jambe par terre en dehors en dedans: а) слитно на 1 т. 2/4; б) rond de jambe par terre на plie. Demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе (по усмотрению педагога). Battements fondus с pile – releve в сторону, вперед, назад на всей стопе (по усмотрению педагога). Rond de jambe en lier en dehors en dedans. Battements doubles frappes в сторону, вперед и назад носком в пол, позднее на 45 градусов. Petits battements sur le cou – de – pied с акцентом вперед и назад на 1 т. 2/4. Battement developpe вперед и назад. 12 Grand battements jetes pointes (по усмотрению педагога). Перегибы корпуса назад и в сторону лицом к станку. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА. Поклон с переходом по IV позиции. Grand plies по IV позиции en face, позднее epaulement. Battements tendus: а) demi – plie по II и IV позициям без перехода и с переходом на опорную ногу; б) battements soutenus. 4. Battements tendus jetes в сторону,	1	32
---	--------------------	---	---	----

		вперёд, назад: а) с I и V позиций; б) с demi – plies в I и V позиций. Rond de jambe par terre en dehors en dedans на 1 т. 4/4 слитно. Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans на plie. Позы: ecartee вперёд и назад носком в пол. III port de bras. Battements fondus носком в пол, позже на 45 градусов. Battements frappes и double frappes на 45 градусов. Battement developpe в сторону. Grand battements jetes в сторону, вперёд, назад с V позиции. Relevés на п/п по V позиции с вытянутых ног и с demi – plie. ALLEGRO. Pas echappe по II позиции на середине лицом к станку. Pas assemble лицом к станку.		
6	Народно-сценический танец	ЭКЗЕРСИС У СТАНКА. Plie: а) demi и grand plie исполняются по невыворотным позициям; б) в сочетании с работой корпуса. Battements tendus: а) с plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию; б) с подъёмом пятки О.Н. и с переходом на Р.Н.; в) то же с ударом О.Н. в III позицию; г) то же с двойным ударом О.Н. Battements tendus jetes: а) с demi-plie на протяжении исполнения всего упражнения; б) balancoire; в) с одинарным ударом ребром каблука (аналогично piqie); г) с двойным ударом. Каблучное упражнение: а) с demi- ronde по воздуху на 45	1	32

		градусов; б) по VI позиции; в) с мазком «от себя» и «к себе». Flic – flac : а) с ударом Р.Н. в III позицию всей стопой; б) на croise; в) с tombe на Р.Н. с одним ударом; г) с подъёмом О.Н. на п/п; д) со скачком на О.Н. Характерный ronde de iambe и ronde de pied: а) с поворотом пятки О.Н. (на вытянутой ноге); б) по воздуху на вытянутой О.Н; в) по воздуху с поворотом пятки О.Н.; г) с поворотом пятки О.Н. с plie, Р.Н. по воздуху. Подготовка к “верёвочке” прыжком. Упражнения для бедра: а) с п/п на п/п на протяжении всего движения; б) упражнения исполняются на затакт. Ras tortille: а) одинарное с ударом; б) одинарное с ударом и подъёмом на п/п. Battements fondus: а) на 45 градусов с подъёмом на п/п; б) на 90 градусов с подъёмом на п/п. Выстукивания: а) чередование ударов п/п и каблуками; б) удары каблуками в пол; в) пятко-носовая дробь; г) дробь «в три ножки»; д) «русский ключ» – сложный. Battements developpe: а) с двойным ударом О.Н.; б) с перегибом корпуса. Grand battements jetes: а) с подъёмом на п/п в момент броска; б) сподъёмом на п/п и demi-plie в момент броска;ъ в)с tombe-coupe; г) с tombe-coupe с двойным ударом;		
--	--	---	--	--

		д) balancoire. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА. Изучение танцевальных элементов русского, белорусского, украинского танцев и танцев народов Прибалтики.		
7.	Современная хореография	Построение движений свободной пластики. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д. Изучение танцевальных комбинаций в стиле различных направлений современного эстрадного танца.	1	30
8	История танца	Балетный театр Франции, первые шедевры хореографии. Истоки русского хореографического искусства.	6	
9	Постановочная часть	Постановка, изучение идеи танцевальной композиции. Отработка элементов танца. Работа над музыкальностью, синхронностью в исполнении. Отработка чёткости и чистоты рисунка, построений, перестроений. Работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.		88
	Всего		216	

**Учебно-тематический план
4-ый год обучения**

Критерии уровня учебных достижений на окончание 4-го года обучения:

№	Наименование разделов и тем	Основные виды деятельности	Кол-во часов	
			теория	практика
1.	Организационная работа.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
2.	Партерная гимнастика.	Выполнение упражнений в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу: -на работу стоп по позициям ног; - упражнения на натянутость ног; - упражнения на развитие выворотности; - упражнения на растяжку; - упражнения на развитие гибкости; - упражнения на растягивание позвоночника.	1	16

3.	Классический танец.	ЭКЗЕРСИС У СТАНКА. Battements tendus: а) в маленьких позах на $\frac{1}{4}$ и затакт;б) battements sotenus в сторону, вперёд, назад с подъемом на п/п носком в пол на 1 т. 4/4. Battements tendus jetes(на $\frac{1}{4}$ и затакт): а) balancoir;б) в маленьких позах. Demi rond de jambe et demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе. Battements fondus (сначала на 1 т. 4/4, позднее на 1 т. 2/4):а) на п/п;б) с pile – releve. Battements frappes и doubles frappes – чередование на всей стопе и на п/п на 1 т. 2/4.Rond de jambe en lier en dehors en dedans на п/п, на 1 т. 2/4. Petits battements sur le cou – de – pied с акцентом вперёд и назад на $\frac{1}{4}$. Temps releves на всей стопе сначала лицом к палке, позднее за одну руку (1 т 4/4). Pas coupe на всю стопу. Pas tombe. Battements releles lents на 90 градусов в больших позах: efface, attitude efface. .Battement developpe в больших позах. Grand battements jetes (на затакт, на $\frac{1}{4}$): а) в большой позе efface;б) pointes. I и III port de bras как заключение к различным упражнениям; позже, изученные port de bras могут исполняться с ногой, вытянутой на носок в сторону, вперёд и назад; III port de bras с demi – plie на опорной ноге. Releve на п/п в IV позиции. Полуповороты на п/п en dehors en dedans на двух ногах. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА. Выполнение упражнений en face на всей стопе, с постепенным введением поз. Battements tendus в маленьких позах. Battements tendus jetes в маленьких позах.	2	30
----	---------------------	--	---	----

		Rond de jambe par terre en dehors en dedans на demi – plie. Battements fondus носком в пол, позже на 45 градусов в маленькие позы. Battements frappes и double frappes носком в пол, позже на 45 градусов в маленькие позы. Battements releves lents en face и в позах: crouse, efface, ecarte; attitude crouse и efface на 45 градусов. Battements developpes en face вперёд и назад. Grand battements jetes в больших позах. Port de bras: а) с наклоном корпуса; б) с наклоном и перегибом корпуса, с ногой, вытянутой на носок вперёд и назад. IV port de bras в V позиции. I, II, III arabesques носком в пол. Releve на п/п, работающая нога в положении sur le cou – de – pied или поднято в любом направлении на 45 градусов. Temps lie par terre вперёд и назад. Pas de bourre simple с переменной ног. АИЕГРО: Pas assemble в сторону на середине зала. Petits changement de pieds en tournant на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$. Sissonne simple en face. Pas glissade в сторону. Pas balance. Pas de basque вперёд (сценическая форма).		
4.	Народно-сценический танец.	Изучение характерного экзерсиса у станка Изучение движений народно-сценического танца и их разнообразных вариаций. Отработка исполнения небольших вариаций из танцев народов мира и русских народных постановок. Выполнение простых движений «ковырялочка», «гармошка», «дробь», «присядки», «бегунки», «хлопушки» в продвижении в разных направлениях с	2	35

		одновременным движением рук, корпуса, головы. Отработка полных поворотов и вспомогательных движений в начале или в конце исполнения: притопы, перескоки, подскоки. Усложнение «веревочки» и «дробей», с помощью двойных ударов стопой. Изучение испанских, восточных, латиноамериканских положений рук и корпуса.. Изучение вращений по кругу: «бегунок», «бочонок» «шоссе», а так же на месте: «туры» и «пируэты» по VI позиции ног. Исполнение вариаций из украинских, белорусских, армянских народных танцев. и т. д.		
5.	Современная хореография.	Выполнение упражнений на развитие координации, освоение технических принципов джаз-модерн танца. Выполнение танцевальных движений на основе элементов народно-сценических, историко-бытовых, современных балльных танцев, современных танцевальных стилей (джаз, хип-хоп, брейк и т.д.). Построение движений свободной пластики.	2	32
6.	История танца.	Зарождение и становление действенного танца. Новаторство Жана Жака Новера. Развитие балетного театра Франции, Дании на рубеже XVIII-XIX веков.	5	
7.	Постановочная часть.	Постановка, изучение идеи танцевальной композиции. Отработка элементов танца. Работа над музыкальностью, синхронностью в исполнении. Отработка чёткости и чистоты рисунка, построений, перестроений. Работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.		90
8.	Участие в фестивалях и конкурсах сценического искусства различного уровня			
	Всего		216	

- изучить названия новых классических и народных хореографических элементов и связок;
- уметь выполнять повороты , сохраняя правильное положение осанки и головы, удерживая «точку»;
- уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным исполнением;
- выполнять движения и комбинации у станка и на середине в ускоренном темпе;
- изучить движения народных танцев в их разнообразных вариациях;
- знать историю развития хореографии в соответствии с учебным планом, соответствующем 4-му году обучения по программе; владеть элементарными навыками сценического поведения.

Учебно-тематический план
5-й год обучения
Критерии уровня учебных достижений на окончание 5-го года
обучения:

№	Наименование разделов и тем	Основные виды деятельности	Кол-во часов	
			теория	практика
1	Организационная работа	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
2	Партерная гимнастика.	Выполнение упражнений в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу: - на работу стоп по позициям ног; - упражнения на натянутость ног; - упражнения на развитие выворотности; - упражнения на растяжку; - упражнения на развитие гибкости; - упражнения на растягивание позвоночника.		12

3	Классический танец	ЭКЗЕРСИС У СТАНКА. Battements tendus: а) double во II позицию; б) в больших позах; в) battements sotenus в сторону, вперед, назад с подъемом на п/п на 45 градусов. Battements tendus jetes в больших позах. Demi rond de jambe и rond de jambe en dehors en dedans на п/п на 45 градусов. Battements fondus: а) с plie-releve на п/п; б) в позах. Temps releve на п/п на 1 т. 4/4. Battements frappes и double frappes на п/п. Petits battements sur le cou – de – pied на п/п. Pas coupe на п/п. Battements releles lents на 90 градусов в больших позах: crouse, attitude crouse, ecarte, II arabesque. Battements developpes passes со всех направлений. Grand battements jetes во всех позах. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ. Battements tendus: а) в маленьких и больших позах; б) double во II позицию; в) battements sotenus en face маленькие и большие позы носком в пол и на 45 градусов. Battements tendus jetes: а) в маленьких и больших позах; б) piques. Demi rond de jambe en dehors en dedans на 45 градусов. Battements fondus с plie-releve. Rond de jambe en tierce en dehors en dedans. Petits battements sur le cou – de – pied равномерно en face et epaulement. Pas coupe на всю стопу Pas tombe на месте. Battements releles lents et battements developpes на 90 градусов en face и во всех позах. Battements developpes passes со всех направлений en face. Grand battements jetes et grand battements jetes pointes в больших позах. V port de bras.	1	25
---	--------------------	---	---	----

		IV arabesque носком в пол. Temps lie par terre avec port de bras с перегибом корпуса назад и в сторону. Releve на п/п в IV позиции crouse et efface. Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног (начиная с вытянутых ног на п/п и с demi-plie). Вращение на двух ногах в V позиции на п/п на месте (с поворот головы в зеркало). AIIEGRO: Pas assemble вперёд и назад en face, позднее на crouse et efface. Pas glissade вперёд и назад en face, позднее на crouse et efface. Petits pas echarpe на II и IV позиции. Petits pas jetes en face, позднее с окончанием в маленькие позы. Pas coupe. Petits pas chasse во всех направлениях en face, позднее в позах. Sissonne в arabesque (сценическая форма). Sissonne fermee во всех направлениях (по усмотрению педагога).		
4	Народно-сценический танец	Изучение народно-характерного экзерсиса у станка; дробь, восточное fondu, frappe, «веревочки», венгерское passe. Развитие силы и остроты ног с помощью усложнения дробей. Учащение ударов ног. Развитие ритма, умение дробить без музыкального сопровождения	1	35
6	Современная хореография	Выполнение танцевальных движений на основе элементов народно-сценических, историко-бытовых, современных балльных танцев, современных танцевальных стилей (джаз, хип-хоп, брейк и т.д.). Построение движений свободной пластики.	1	25
7	История танца.	Русский балетный театр на рубеже XVIII-XIX веков. Русский балетный театр XX века. Зарубежное хореографическое искусство XX века. Изучение творчества выдающихся хореографов (И. Моисеева, Т. А. Устиновой и др.)	7	

8	Искусство балетмейстера.	Изучение основ хореографической драматургии. Драматическое построение и хореографическое действие. Хореографическая композиция как форма выражения содержания.	3	10
9	Постановочная часть	Постановка, изучение идеи танцевальной композиции. Отработка элементов танца. Работа над музыкальностью, синхронностью в исполнении. Отработка чёткости и чистоты рисунка, построений, перестроений. Работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.		95
10	Участие в фестивалях и конкурсах сценического искусства различного уровня			
	Всего		216	

- грамотно исполнять элементы классического и народно-сценического танца;
- изучить названия новых классических хореографических элементов и связок;
- уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным исполнением;
- выполнять движения и комбинации у станка и на середине в ускоренном темпе;
- изучить движения народных танцев в их разнообразных вариациях;
- знать историю развития хореографии в соответствии с планом, соответствующем 5-му году обучения по программе.
- иметь представление об основах хореографической драматургии;
- ознакомиться с творчеством выдающихся хореографов;
- овладеть навыками сценического поведения.

**Учебно-тематический план
6-ой год обучения**

Критерии уровня учебных достижений на окончание 6-го года обучения:

№	Наименование разделов и тем	Основные виды деятельности	Кол-во часов	
			теория	практика
1.	Организационная работа.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
2.	Партерная гимнастика.	Выполнение упражнений в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу: - на работу стоп по позициям ног; - упражнения на натянутость ног; - упражнения на развитие выворотности; - упражнения на растяжку; - упражнения на развитие гибкости; - упражнения на растягивание позвоночника.	1	16

3.	Классический танец.	ЭКЗЕРСИС У СТАНКА. Battements tendus: а) в маленьких позах на $\frac{1}{4}$ и затакт;б) battements sotenus в сторону, вперед, назад с подъемом на п/п носком в пол на 1 т. 4/4. Battements tendus jetes(на $\frac{1}{4}$ и затакт): а) balancoir;б) в маленьких позах. Demi rond de jambe et demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе. Battements fondus (сначала на 1 т. 4/4, позднее на 1 т. 2/4):а) на п/п;б) с pile – releve. Battements frappes и doubles frappes – чередование на всей стопе и на п/п на 1 т. 2/4.Rond de jambe en lier en dehors en dedans на п/п, на 1 т. 2/4. Petits battements sur le cou – de – pied с акцентом вперед и назад на $\frac{1}{4}$. Temps releves на всей стопе сначала лицом к палке, позднее за одну руку (1 т 4/4). Pas coupe на всю стопу. Pas tombe. Battements releles lents на 90 градусов в больших позах: efface, attitude efface. .Battement developpe в больших позах. Grand battements jetes (на затакт, на $\frac{1}{4}$): а) в большой позе efface;б) pointes. I и III port de bras как заключение к различным упражнениям; позже, изученные port de bras могут исполняться с ногой, вытянутой на носок в сторону, вперед и назад; III port de bras с demi – plie на опорной ноге. Releve на п/п в IV позиции. Полуповороты на п/п en dehors en dedans на двух ногах. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА. Выполнение упражнений en face на всей стопе, с постепенным введением поз. Battements tendus в маленьких позах. Battements tendus jetes в маленьких позах.	2	30
----	---------------------	--	---	----

		Rond de jambe par terre en dehors en dedans на demi – plie. Battements fondus носком в пол, позже на 45 градусов в маленькие позы. Battements frappes и double frappes носком в пол, позже на 45 градусов в маленькие позы. Battements releves lents en face и в позах: crouse, efface, ecarte; attitude crouse и efface на 45 градусов. Battements developpes en face вперед и назад. Grand battements jetes в больших позах. Port de bras: а) с наклоном корпуса; б) с наклоном и перегибом корпуса, с ногой, вытянутой на носок вперед и назад. IV port de bras в V позиции. I, II, III arabesques носком в пол. Releve на п/п, работающая нога в положении sur le cou – de – pied или поднято в любом направлении на 45 градусов. Temps lie par terre вперед и назад. Pas de bourre simple с переменной ног. PIEGRO: Pas assemble в сторону на середине зала. Petits changement de pieds en tournant на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$. Sissonne simple en face. Pas glissade в сторону. Pas balance. Pas de basque вперед (сценическая форма).		
4.	Народно-сценический танец.	Изучение характерного экзерсиса у станка Изучение движений народно-сценического танца и их разнообразных вариаций. Отработка исполнения небольших вариаций из танцев народов мира и русских народных постановок. Выполнение простых движений «ковырялочка», «гармошка», «дробь», «присядки», «бегунки», «хлопушки» в продвижении в разных направлениях с	2	35

		одновременным движением рук, корпуса, головы. Отработка полных поворотов и вспомогательных движений в начале или в конце исполнения: притопы, перескоки, подскоки. Усложнение «веревочки» и «дробей», с помощью двойных ударов стопой. Изучение испанских, восточных, латиноамериканских положений рук и корпуса.. Изучение вращений по кругу: «бегунок», «бочонок» «шоссе»,а так же на месте: «туры» и «пируэты» по VI позиции ног. Исполнение вариаций из украинских, белорусских, армянских народных танцев. и т. д.		
5.	Современная хореография.	Выполнение упражнений на развитие координации, освоение технических принципов джаз-модерн танца. Выполнение танцевальных движений на основе элементов народно-сценических, историко-бытовых, современных балльных танцев, современных танцевальных стилей (джаз, хип-хоп, брейк и т.д.). Построение движений свободной пластики.	2	32
6.	История танца.	Зарождение и становление действенного танца. Новаторство Жана Жака Новера. Развитие балетного театра Франции, Дании на рубеже XVIII-XIX веков.	5	
7.	Постановочная часть.	Постановка, изучение идеи танцевальной композиции. Отработка элементов танца. Работа над музыкальностью, синхронностью в исполнении. Отработка чёткости и чистоты рисунка, построений, перестроений. Работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.		90
8.	Участие в фестивалях и конкурсах сценического искусства различного уровня			
	Всего		216	

- изучить названия новых классических и народных хореографических элементов и связок;
- уметь выполнять повороты , сохраняя правильное положение осанки и головы, удерживая «точку»;
- уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным исполнением;
- выполнять движения и комбинации у станка и на середине в ускоренном темпе;
- изучить движения народных танцев в их разнообразных вариациях;
- знать историю развития хореографии в соответствии с учебным планом, соответствующем 6-му году обучения по программе; владеть элементарными навыками сценического поведения.

Учебно-тематический план
7-й год обучения
Критерии уровня учебных достижений на окончание 7-го года обучения

№	Наименование разделов и тем	Основные виды деятельности	Кол-во часов	
			теория	практика
1	Организационная работа	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
2	Партерная гимнастика.	Выполнение упражнений в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу: - на работу стоп по позициям ног; - упражнения на натянутость ног; - упражнения на развитие выворотности; - упражнения на растяжку; - упражнения на развитие гибкости; - упражнения на растягивание позвоночника.		12

3	Классический танец	ЭКЗЕРСИС У СТАНКА. Battements tendus: а) double во II позицию; б) в больших позах; в) battements sotenus в сторону, вперед, назад с подъемом на п/п на 45 градусов. Battements tendus jetes в больших позах. Demi rond de jambe и rond de jambe en dehors en dedans на п/п на 45 градусов. Battements fondus: а) с plie-releve на п/п; б) в позах. Temps releve на п/п на 1 т. 4/4. Battements frappes и double frappes на п/п. Petits battements sur le cou – de – pied на п/п. Pas coupe на п/п. Battements releles lents на 90 градусов в больших позах: crouse, attitude crouse, ecarte, II arabesque. Battements developpes passes со всех направлений. Grand battements jetes во всех позах. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ. Battements tendus: а) в маленьких и больших позах; б) double во II позицию; в) battements sotenus en face маленькие и большие позы носком в пол и на 45 градусов. Battements tendus jetes: а) в маленьких и больших позах; б) piques. Demi rond de jambe en dehors en dedans на 45 градусов. Battements fondus с plie-releve. Rond de jambe en lier en dehors en dedans. Petits battements sur le cou – de – pied равномерно en face et epaulement. Pas coupe на всю стопу Pas tombe на месте. Battements releles lents et battements developpes на 90 градусов en face и во всех позах. Battements developpes passes со всех направлений en face. Grand battements jetes et grand battements jetes pointes в больших позах. V port de bras.	1	25
---	--------------------	---	---	----

		IV arabesque носком в пол. Temps lie par terre avec port de bras с перегибом корпуса назад и в сторону. Releve на п/п в IV позиции crouse et efface. Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног (начиная с вытянутых ног на п/п и с demi-plie). Вращение на двух ногах в V позиции на п/п на месте (с поворот головы в зеркало). АИЕГРО: Pas assemble вперед и назад en face, позднее на crouse et efface. Pas glissade вперед и назад en face, позднее на crouse et efface. Petits pas echappe на II и IV позиции. Petits pas jetes en face, позднее с окончанием в маленькие позы. Pas coupe. Petits pas chasse во всех направлениях en face, позднее в позах. Sissonne в arabesque (сценическая форма). Sissonne fermee во всех направлениях (по усмотрению педагога).		
4	Народно-сценический танец	Изучение народно-характерного экзерсиса у станка; дробь, восточное fondu, frappe, «веревочки», венгерское passe. Развитие силы и остроты ног с помощью усложнения дробей. Учащение ударов ног. Развитие ритма, умение дробить без музыкального сопровождения	1	35
6	Современная хореография	Выполнение танцевальных движений на основе элементов народно-сценических, историко-бытовых, современных бальных танцев, современных танцевальных стилей (джаз, хип-хоп, брейк и т.д.). Построение движений свободной пластики.	1	25
7	История танца.	Русский балетный театр на рубеже XVIII-XIX веков. Русский балетный театр XX века. Зарубежное хореографическое искусство XX века. Изучение творчества выдающихся хореографов (И. Моисеева, Т. А. Устиновой и др.)	7	

8	Искусство балетмейстера.	Изучение основ хореографической драматургии. Драматическое построение и хореографическое действие. Хореографическая композиция как форма выражения содержания.	3	10
9	Постановочная часть	Постановка, изучение идеи танцевальной композиции. Отработка элементов танца. Работа над музыкальностью, синхронностью в исполнении. Отработка чёткости и чистоты рисунка, построений, перестроений. Работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.		95
10	Участие в фестивалях и конкурсах сценического искусства различного уровня			
	Всего		216	

- грамотно исполнять элементы классического и народно-сценического танца;
- изучить названия новых классических хореографических элементов и связок;
- уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным исполнением;
- выполнять движения и комбинации у станка и на середине в ускоренном темпе;
- изучить движения народных танцев в их разнообразных вариациях;
- знать историю развития хореографии в соответствии с планом, соответствующем 7-му году обучения по программе.
- иметь представление об основах хореографической драматургии;
- ознакомиться с творчеством выдающихся хореографов;
- овладеть навыками сценического поведения.

Содержание программы.

РАЗДЕЛ: РИТМИКА (1-й год обучения).

Ритмика. На первом году обучения изучаются упражнения на развитие координации, чувства ритма (осваиваются простые ритмические рисунки), приобретаются навыки умения ориентироваться в музыкальной (хореографической) фразе, развивается двигательная память и внимание. На занятиях по ритмике используется сочетание различных движений, ритмических упражнений и музыки. Шаги, бег, прыжки готовят тело к более сложным движениям. Танцевальные комбинации и этюды носят светлый и жизнерадостный характер.

Необходимым является изучение первоначальных упражнений для усвоения принятых в танцевальном искусстве постановки корпуса, рук, ног и головы; приобретение умения выпрямлять конечности и позвоночник в прямую линию; ознакомление с точками деления танцевального класса.

На занятиях по ритмике уделяется большее внимание развитию музыкальности, пластичности движений, эмоциональности выражения движения; начинается работа над выворотностью и танцевальностью. Для развития чувства ритма используются приемы ритмопластики.

Осваивается сценическое пространство и постигаются азы сценической культуры.

1.Работа над постановкой корпуса:

Изучение позиций ног: VI, I, II.

Изучение положений рук: на поясе, варианты простых *por de bras* с вытянутыми руками.

Постановка спины:

- а) упражнения на ассоциациях (“солдатик”, “столбик” и т.д.);
- б) работа с предметами (палка, скакалка).

Упражнения на натянутость ног и постановку спины:

- а) *battmant tendu* вперёд по VI позиции;
- б) ходьба с носочка на п/п, на пятках, шаг с высоким подъёмом ног с сокращением стопы в воздухе.

Изучение III позиции ног.

Изучение положения рук: «за юбочки» (девочки).

Постановка спины: продолжение работы с предметами.

2.Работа над развитием чувства ритма:

Упражнения на развитие чувства ритма и определение законченности музыкальных фраз:

- а) разучивание различных стихов и считалок с ударением на сильную долю при работе под музыку; сочетание прыжков и шагов.
- б) всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы.

3.Работа над умением ориентироваться в пространстве:

- а) деление зала по точкам;

- б) умение держать линию, колонну;
- в) соблюдение интервалов, умение строить круг;
- г) соблюдение интервалов во время движения;
- д) знание своего места в зале.

Сочетание упражнений на натянутость ног и перемещений в пространстве:

- а) варианты ходьбы по диагонали, по кругу;
- б) танцевальные движения на месте и в продвижении по залу в различных направлениях.

Движения в пространстве:

- а) прочёсы;
- б) змейка;
- в) «до за до»

Положение в паре:

- а) в продвижении по кругу;
- б) по диагонали;
- в) лицом друг к другу.

4. Танцевальные элементы:

- бег;
- прыжки по VI позиции;
- приставной шаг;
- приставной шаг с plie; шаг с plie;
- вынос ноги на каблук в сторону;
- притоп;
- подскоки на месте и в продвижении;
- галоп.
- double шаг с plie;
- pas полонеза;
- pas польки.

РАЗДЕЛ: ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА(Parterre)(1-7 годы обучения):

Parterre в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу:

1. Постановка спины:
 - постановка спины (работа с палочками);
 - упражнения на растягивание позвоночника;
 - работа стоп по позициям ног;
 - работа головы при подтянутой спине в положении сидя и работа стоп в этом же положении;
 - упражнения на развитие выворотности;
 - упражнения на натянутость ног.
2. Выворотная позиция ног:
 - при натянутой и сокращённой стопе;
 - варианты battment tendus jetes.
3. Работа над выворотностью.
 - passes;
 - releves;

- developpes.
 - 4. Работа над силой ног: grand battements во всех направлениях.
 - 5. Растяжки.
 - 6. Упражнения на развитие гибкости.
- В упражнения на полу могут включаться проученные позиции рук .

РАЗДЕЛ: КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ (1-7 годы обучения):

Программой по предмету «Классический танец» предусмотрены как практические, так и теоретические занятия. Эта дисциплина вводится в обучение после того, как освоены простые танцевальные элементы и выработана элементарная координация движений, натянута ног и постановка спины. Программа содержит максимум материалов для занятий по направлению «Классический танец». Педагог имеет право по своему усмотрению перенести изучение движений, освоение которых окажется недоступно данному составу учащихся, на следующий год или вовсе исключить их. Последовательность построения урока и чередование упражнений в нем, не должны представлять из себя застывшую схему. Очень важен темп, правильность выстраивания урока и его техническое развитие для достижения максимальной нагрузки в упражнениях. Это способствует дальнейшему укреплению мышц и помогает избегать травм.

Для первого года обучения очень важным является постановка корпуса, рук, головы в процессе освоения основных движений классического тренажа у станка и на середине; развитие элементарных навыков координации движений. Правильная постановка корпуса необходима для исполнения всех движений классического танца. Хорошо поставленный корпус вырабатывает красивую осанку, приучает к подтянутости и собранности мышц живота, спины, ягодиц.

На втором году обучения продолжается работа над постановкой корпуса, осваиваются основные движения классического тренажа у станка и на середине зала, ведётся работа над выворотностью и натянутостью ног. Вводится положение *epaulement croise et efface* на середине зала.

На третьем году обучения также продолжается работа над постановкой корпуса и овладением движениями классического тренажа. Основными задачами занятий являются: развитие натянутости ног, выворотности, возможность прочувствовать эти моменты при работе у станка. Для развития силы ног увеличивается количество упражнений. Продолжается разучивание поз на середине зала.

Обучение классическому танцу на четвёртом году обучения направлено на развитие силы ног путём введения полупальцев в экзерсисе у станка, развитие устойчивости, усвоение техники упражнений в более быстром темпе. В упражнениях у станка и на середине зала всё чаще используются позы, продолжается разучивание поз на середине зала. Начало некоторых упражнений переводится на затакт.

На пятом году обучения продолжается работа над развитием устойчивости на полупальцах, над развитием силы стопы путём увеличения

количества пройденных движений. Наряду с этим вводится более сложная координация движений за счёт усложнения учебных комбинаций. Тщательно проучиваются прыжки с приземлением на одну ногу и техника поворотов на двух ногах. Вырабатываются навыки правильности и чистоты исполнения. Наряду с этим вводится более сложная координация движений за счёт использования поз и введения элементарного abajio. Начинается изучение pirouettes. Ведётся работа над развитием силы и выносливости за счёт ускорения темпа и увеличения нагрузки в упражнениях. Вводится экзерсис на полупальцах на середине зала.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.

Постановка корпуса лицом к палке: позиции ног I, II, III, V и IV выв. позиции.

Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног.

Demi – plies: I, II, III, V, IV позиции.

Battements tendus в сторону, вперёд, назад(сначала на 4 т 4/4, позже на 1 т. 4/4):

- а) по I позиции;
- б) demi – plies по I позиции.;
- в) по V позиции.;
- г) demi – plies по V позиции;
- д) passe par terre по I позиции.

Понятие направлений en dehors en dedans .

Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.

Rond de jambe par terre en dehors en dedans с остановкой по ¼ круга.

Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперёд, назад как подготовка к battements tendus jetes.

Положение ноги sur le cou – de – pied основное и условное спереди и сзади.

Releves на п/п по I, II позициям с вытянутых ног и с demi – plie.

Battements releves lents на 90 градусов с I и V позиций в сторону, вперёд и назад.

Grand plies по I, II, III и V позициям.

Battements tendus на 1 т. 2/4:

- а) par le pied во II позиции;
- б) с demi – plie без перехода и с переходом во II позиции;
- в) plie- soutenus по V позиции

Battements tendus jetes в сторону, вперёд, назад:

- а) по I и V позициям;
- б) piques.

Preparation для rond de jambe par terre en dehors en dedans.

Rond de jambe par terre en dehors en dedans:

- а) слитно на 1 т. 4/4;
- б) demi – rond de jambe par terre на plie.

Battements fondus в сторону, вперёд, назад носком в пол, позднее на 45 градусов.

Подготовка к rond de jambe en lier (движение ноги по прямой от себя, к себе).
Battements frappes в сторону, вперёд и назад носком в пол, позднее на 45 градусов.

Petits battements sur le cou – de – pied без акцента.

Grand battements jetes в сторону, вперёд, назад с I и V позиций.

Battement retires, положение passe у колена.

Battement developpe в сторону.

Releve на п/п по V позиции с вытянутых ног и с demi – plie.

Grand plie по IV позиции.

Battements tendus:

а) в позе epaulement et efface;

б) с demi – plie с переходом по IV позиции вперёд и назад, в сторону по II позиции.

в) battements soutenus в сторону, вперёд, назад носком в пол.

3. Battements tendus jetes в сторону, вперёд, назад:

а) с demi – plie;

б) в позе epaulement et efface.

Rond de jambe par terre en dehors en dedans:

а) слитно на 1 т. 2/4;

б) rond de jambe par terre на plie.

Demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе (по усмотрению педагога).

Battements fondus с pile – releve в сторону, вперёд, назад на всей стопе (по усмотрению педагога).

Rond de jambe en lier en dehors en dedans.

Battements doubles frappes в сторону, вперёд и назад носком в пол, позднее на 45 градусов.

Petits battements sur le cou – de – pied с акцентом вперёд и назад на 1 т. 2/4.

Battement developpe вперёд и назад.¹²

Grand battements jetes pointes (по усмотрению педагога).

Перегибы корпуса назад и в сторону лицом к станку.

Battements tendus:

а) в маленьких позах на $\frac{1}{4}$ и затакт;

б) battements soutenus в сторону, вперёд, назад с подъёмом на п/п носком в пол на 1 т. 4/4.

Battements tendus jetes (на $\frac{1}{4}$ и затакт):

а) balancoir;

б) в маленьких позах.

Demi rond de jambe et demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе.

Battements fondus (сначала на 1 т. 4/4, позднее на 1 т. 2/4):

а) на п/п;

б) с pile – releve.

Battements frappes и doubles frappes – чередование на всей стопе и на п/п на 1 т. 2/4.

Rond de jambe en lier en dehors en dedans на п/п, на 1 т. 2/4.

16

Petits battements sur le cou – de – pied с акцентом вперёд и назад на $\frac{1}{4}$.

Temps releves на всей стопе сначала лицом к палке, позднее за одну руку (1 т. 4/4).

Pas coupe на всю стопу.

Pas tombe.

Battements releves lents на 90 градусов в больших позах: efface, attitude efface.

12. Battement developpe в больших позах.

Crand battements jetes (на затакт, на $\frac{1}{4}$):

а) в большой позе efface;

б) pointes.

I и III port de bras как заключение к различным упражнениям; позже, изученные port de bras могут исполняться с ногой, вытянутой на носок в сторону, вперёд и назад; III port de bras с demi – plie на опорной ноге.

Releve на п/п в IV позиции.

Полуповороты на п/п en dehors en dedans на двух ногах.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III.

Поклон по I позиции.

Demi – plies по I, II, III, V, IV позиция en face.

Battements tendus в сторону, вперёд, назад:

а) по I позиции;

б) demi – plies по I позиции.

Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.

Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперёд, назад по I позиции.

I port de bras.

Demi – plies по V и IV позициям epaulement.

Grand plies по I, II en face, по V позиции en face et epaulement.

Battements tendus:

а) по V позиции в сторону, вперёд, назад;

б) demi – plie по V позиции;

в) с plie soutenus.

Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперёд, назад как подготовка к battements tendus jetes по V позиции.

Rond de jambe par terre en dehors en dedans по $\frac{1}{4}$ круга.

Preparation для rond de jambe par terre en dehors en dedans.

Battements frappes в сторону, вперёд и назад носком в пол.

Положение epaulement croise et efface.

Позы croise et efface носком в пол.

II port de bras.

Crand battements jetes в сторону, вперёд, назад с I позиции.

Relevés на п/п по I, II позициям с вытянутых ног и с demi – plie.

Pas польки.

Поклон с переходом по IV позиции.

Grand plies по IV позиции en face, позднее epaulement.

Battements tendus:

а) demi – plie по II и IV позициям без перехода и с переходом на опорную ногу;

б) battements soutenus.

4. Battements tendus jetés в сторону, вперёд, назад:

а) с I и V позиций;

б) с demi – plies в I и V позиций.

Rond de jambe par terre en dehors en dedans на 1 т. 4/4 слитно.

Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans на plie.

7.Позы: ecartée вперёд и назад носком в пол.

III port de bras.

Battements fondus носком в пол, позже на 45 градусов.

Battements frappes и double frappes на 45 градусов.

Battement developpe в сторону.

Grand battements jetés в сторону, вперёд, назад с V позиции.

Relevés на п/п по V позиции с вытянутых ног и с demi – plie.

Упражнения исполняются en face на всей стопе, с постепенным введением поз.

Battements tendus в маленьких позах.

Battements tendus jetés в маленьких позах.

Rond de jambe par terre en dehors en dedans на demi – plie.

Battements fondus носком в пол, позже на 45 градусов в маленькие позы.

Battements frappes и double frappes носком в пол, позже на 45 градусов в маленькие позы.

Battements releves lents en face и в позах: crouse, efface, ecarte; attitude crouse и efface на 45 градусов.

Battements developpes en face вперёд и назад.

Grand battements jetés в больших позах.

Port de bras:

а) с наклоном корпуса;

б) с наклоном и перегибом корпуса, с ногой, вытянутой на носок вперёд и назад.

IV port de bras в V позиции.

I, II, III arabesques носком в пол.

Releve на п/п, работающая нога в положении sur le cou – de – pied или поднято в любом направлении на 45 градусов.

Temps lie par terre вперёд и назад.

Pas de bourre simple с переменной ног.

АПЕГРО.

Трамплинные прыжки по VI, I, II позициям.

Temps saute по I, II на середине, V позиции лицом к палке.

Changement de pied по V позиции лицом к палке.

Temps saute по V позиции на середине.

Changement de pied на середине.

Pas echappe по II позиции лицом к палке.

Pas echappe по II позиции на середине лицом к станку.

Pas assemble лицом к станку.

Теория.

1.Хореографическая терминология.

2.Правила исполнения трудноусвояемых упражнений у станка и на середине зала (по выбору педагога).

РАЗДЕЛ: НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ (2-7 годы обучения)

Обучение народно-сценическому танцу начинается со второго года обучения. Программой по этому предмету предусмотрены теоретические и, в основном, практические учебно-тренировочные занятия. Обучение предмету начинается тогда, когда полностью освоены основы классического танца. Это позволяет легче и грамотнее освоить основы народно-сценического танца. Народно – сценический экзерсис развивает те мышцы, суставы и связки, которые были не полностью развиты упражнениями классического экзерсиса. Особенностью народно – сценического экзерсиса является активность движений коленного и голеностопного суставов опорной ноги. При выполнении упражнений экзерсиса большое внимание направлено на профессионально грамотную постановку корпуса, рук, ног и головы.

Упражнения у станка соответствуют изучаемому материалу по народному танца на середине зала. Это помогает усвоению технических особенностей танца, его выразительной национально-точной манере исполнения.

Программой предусмотрено ознакомление и изучение элементов русского, украинского, белорусского, итальянского, польского танцев, танцев народов Прибалтики (по выбору педагога). Выбор танцевального материала зависит от подготовленности класса. Количество танцев различных народностей может быть уменьшено или увеличено. Изучение танцевального материала других народностей может быть продолжено в постановочном варианте на следующих годах обучения.

Упражнения у станка на втором году обучения ставят своей целью познакомить детей с особенностями народно-сценического экзерсиса и научить их правильно исполнять движения в начальной простейшей форме. Экзерсис также учит исполнителей умению в чёткой пластической форме передавать особенности танцев различных народностей.

Экзерсис у станка на третьем году обучения требует усвоения более сложного материала: движения, проученные на втором году, усложняются по технике и темпу исполнения, изучаются новые виды упражнений.

Упражнения у станка включаются также трудноусвояемые движения серединного материала. Вводятся больше разнообразных ритмических рисунков.

НАРОДНЫЙ ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.

Demi и grand plie по I, II, III, V позициям:

- а) с акцентом вниз;
- б) с акцентом наверх.

Battements tendus:

- а) с переходом Р.Н. с носка на каблук;
- б) с подъёмом пятки О.Н.;
- в) с plie момент перевода ноги на каблук.

Battements tendus jetes:

- а) основной вид;
- б) с demi-plie в момент броска;
- в) с demi-plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию;
- г) с подъёмом пятки О.Н.

Каблучные упражнения:

- а) основной вид;
- б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.;
- в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой.

Подготовка к flic – flac:

- а) основной вид;
- б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию;
- в) с переступанием.

Характерный ronde de jambe и ronde de pied:

- а) до стороны;
- б) полный ronde;
- в) с plie.

Выстукивания:

- а) поочередные удары всей стопой;
- б) двойные удары;
- в) двойные с подскоком;
- г) с переносом Р.Н. из положения III поз. спереди в положение III поз. сзади и с разворотом в невыворотное положение;
- д) «русский ключ» – простой.

Battements fondus – основной вид.

Pas tortille:

- а) основной вид;
- б) с двойным поворотом стопы.

Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»:

- а) основной вид;
- б) с подъёмом на п/п О.Н. в момент подъёма Р.Н. вверх;
- в) с разворотом бедра.

Battements developpe:

а) основной вид;

б) с plie.

12 Grand battements jetes:

а) основной вид;

б) с опусканием Р.Н. в положение pointe или на каблук;

в) с demi-plie на О.Н. и задержкой ноги в воздухе.

Упражнения лицом к станку:

Подготовка к «голубцу».

Подготовка к «штопору» и «штопор».

Подготовка к «качалочке» и «качалочка».

Releve на п/п.

Перегибы корпуса.

НАРОДНЫЙ ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ.

Наиболее важным является точность передачи манеры исполнения и соответствия музыкального материала.

АЛLEGRO.

1. Pas assemble в сторону на середине зала.

2. Petits changement de pieds en tournant на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$.

3. Sissonne simple en face.

4. Pas glissade в сторону.

5. Pas balance.

6. Pas de basque вперед (сценическая форма).

ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО ТАНЦА.

На основе материала русского танца идёт работа над развитием техники исполнения. Изучение положений ног, рук, поз. Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход, дробный ход, шаркающий шаг.

Изучение женского и мужского поклонов «в пояс». Основные движения русских народных танцев: «ковырялочка», «гармошка», «веревочка», «хлопушки», «присядки», «ключ», «металочки».

Отрабатывание умения стучать об пол четко, отрывисто, легко. Удары полной стопой, каблуком, носком, в медленном, умеренном и быстром темпе, в продвижении. Русский шаг с каблука; припадание, «бегунок»; дробь с подскоком. Присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок». Присядки в продвижении в сторону: присядка с «ковырялочкой», с «хлопушкой», с опусканием ноги на каблук. Хлопушки в сочетании с присядкой, с прыжком, с дробью. Соединение движений с руками и головой. Постановка корпуса в хороводе. Изучение вращательных упражнений. Вращения в сочетании с ковырялочками и дробью. Присядки: «бегунок», «волчок».

Знакомство с разнообразием русских народных танцев. Сюжеты и темы: «хоровод», «кадриль». Изучение рисунков: линий, диагонали, круги в русских движениях в сольном и групповом танцах. Особенности открывания и закрывания рук.

ЭЛЕМЕНТЫ ТАНЦЕВ НАРОДОВ ПРИБАЛТИКИ.

Лёгкий бег. Шаги с подскоками. Варианты польки. Галоп. Боковой ход. Танцевальная комбинация на основе одного из танцев Прибалтики.

ЭЛЕМЕНТЫ БЕЛОРУССКОГО ТАНЦА.

Положения рук, ног, позы. Ход “лявониha”. Боковой ход с подбивкой (галоп). Тройной притоп. Подскоки, шаги с переступаниями. Полька. Танцевальная комбинация.

ЭЛЕМЕНТЫ УКРАИНСКОГО ТАНЦА.

Положения ног, рук, корпуса. Позы.
“Бегунец”. “Голубцы”. “Выхилистник”. “Верёвочка”. “Тынок”.
Танцевальная комбинация.

ЭЛЕМЕНТЫ ИТАЛЬЯНСКОГО ТАНЦА.

Положение рук, владение тамбурином. Бег тарантеллы: а) скрещивание ноги сзади; б) вынося ногу вперёд. Прыжки в позах (attitude, arabesque). Соскок (pas echange). Pas de basque. Танцевальная комбинация.

ЭЛЕМЕНТЫ ПОЛЬСКОГО ТАНЦА.

Ход мазурки: а) pas couru; б) pas galla. Открытие руки в мазурке («восьмёрка»). Balance. «Голубцы». «Ключи». Pas de bourree. Различные варианты парных движений.
Танцевальная комбинация.

Теоретический материал.

1. Система народно-сценического и характерного тренажа.
2. Народный танец – источник всех видов хореографии.
3. Прослушивание русской фольклорной музыки, знакомство с музыкальной культурой других народов. Формы народного танца.
4. Беседа о характере исполнения андалузских танцев. Показ сапатеадо (выстукивания движения полупальцами и каблуком). Знакомство воспитанников с этнографией народов Севера, с историческими и географическими условиями их жизни, влияющими на формирование народного творчества.
5. Информация о творчестве народной артистки СССР Т. А. Устиновой - главном балетмейстере хора им. Пятницкого, мастере русского танца.
6. Знакомство с культурой Украины, Ирландии, народов Востока. Рассказ о характере исполнения танцев этих стран и народов.

РАЗДЕЛ: СОВРЕМЕННАЯ ХОРЕОГРАФИЯ (2-7 годы обучения) **(Джаз – модерн танец).**

В данной программе присутствует обобщённое понятие современной хореографии, так как здесь предпринята попытка ознакомить детей со многими направлениями современного танца. Основой курса является соприкосновение с таким направлением современной хореографии, как джаз-модерн танец. Обучение джаз-модерн танцу начинается со второго года обучения.

Программой по данному предмету предусмотрены практические и теоретические занятия. Основу занятий составляет тренаж джаз-модерн танца. Эта дисциплина вводится в программу после того, как освоены основы классического и народного танца. Так как джаз-модерн танец не имеет единой методики преподавания, то его экзерсис может строиться на принципах классического экзерсиса, и это даёт возможность педагогу проявлять полную творческую свободу. В процессе двух лет обучения и овладения основами технических принципов джаз-модерн танца в программу включаются такие направления как dans street и contemporary.

Задача **начального уровня** – добиться достаточной свободы позвоночника при напряженном верхе. Релаксация позвоночника. Распределение напряжения и расслабления. Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов джаз-модерн танца.

Основными задачами **базового уровня** обучения являются дальнейшее развитие координации, более точное исполнение движений, дальнейшее освоение технических принципов джаз-модерн танца. Многие упражнения усложняются, например, упражнения на изоляцию могут совершаться в полиритмии, вращения менять уровни, сочетаться с контактным взаимодействием.

На **базовом уровне** вводятся новые технические понятия:

1. Разогрев с использованием уровней.
2. Комплексы изоляций.
3. Сочетания различных ритмов во время движения.
4. Комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении “стоя” и “сидя”.
5. Упражнения стрэч-характера во всех положениях: “сидя”, “лёжа”, “стоя у станка”.
6. Комбинации шагов в различных направлениях, координация шагов и движений изолированных центров.
7. Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360 градусов.
8. Танцевальные этюды, возможно, сюжетного характера.

Раздел “Изоляция”:

Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.

Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.

Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек.

Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка» shimmi, jelly roll. Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.

Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной ногой.

Комплексы изоляций. Голова: комбинация из движений и геометрических фигур, разученных ранее, sundari-квадрат и sundari-круг. Соединение движений головы с движениями других центров. Плечи: комбинации из движений, разученных ранее, разноритмические комбинации, соединения с движениями других центров. Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, соединение и комбинации движений, изученных ранее, разноритмические комбинации. Пелвис: соединение в комбинации изученных движений, hip lift, полукруги и круги одним бедром. Руки: комбинации из движений, разученных ранее, соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами.

Ноги: соединение в комбинации движений, изученных ранее, соединение движений рук с движениями рук, с движениями других изолированных центров, с движениями торса (спираль, твист, contraction и release).

Раздел «Упражнения для позвоночника»:

Flat back вперёд, назад и в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist и спираль. Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll («волна» передняя, задняя, боковая). Соединение в комбинации движений, изученных ранее. Использование падений и подъёмов во время комбинаций. Соединение contraction и release с одновременным подъёмом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве.

Раздел «Координация»:

Свинговое раскачивание двух центров. Параллель и оппозиция двух центров. Принцип управления «импульсивные цепочки». Координация движений рук и ног, без передвижения. Бицентриа: движение двух центров в параллель и оппозицию. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров. Трицентриа в параллельном направлении. Соединение движений в нескольких центрах в различных ритмических рисунках. Использование различных ритмов в

использовании движений, например, один центр исполняет движение медленно и плавно, другой – акцентированно и резко.

Раздел “Уровни”:

Основные уровни: “стоя, “сидя, “лёжа”. Упражнения стрэч-характера в различных положениях. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта. Упражнения на contraction и release в положении «сидя». Движения изолированных центров. Комбинации с использованием contraction, release, спирали и твисты торса. Перемещение из одного уровня в другой. Упражнения стрэч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.

Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве»

Шаги с трамплинным сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперёд-назад. Шаги по квадрату. Шаги с мультипликацией. Основные шаги афро-танца. Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах. Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу. Прыжки: hop, jump, leap. Комбинации шагов, соединёнными с вращениями и стабильными позами (вращение на двух ногах и на одной ноге). Использование contraction и release во время передвижения. Вращение как способ передвижения в пространстве. Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали. Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.

Раздел «Комбинация или импровизация»:

Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.

Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца. Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

Раздел “Разогрев”:

Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.) Разогрев в положении “сидя” и “лёжа”, используя упражнения стрэч-характера, наклоны и твисты торса. Соединения разогрева в единую комбинацию из нескольких движений.

Теоретический материал.

Терминология джаз – модерн танца. История возникновения танца «Модерн». Многообразие современной хореографии.

РАЗДЕЛ: ИСТОРИЯ ТАНЦА(1-7 годы обучения)

За период обучения по программе по предмету «История танца» изучаются следующие темы:

1. Происхождение танца и хореографии.
2. Периоды развития танца.
3. Разделы и виды современного танцевального искусства.
4. Балетный театр Франции, первые шедевры хореографии.
5. Истоки русского хореографического творчества.
6. Зарождение и становление действенного танца.
7. Новаторство Жан Жака Новера.
8. Развитие балетного театра Франции, Дании на рубеже XVIII-XIX веков.
9. Русский балетный театр на рубеже XVIII-XIX веков.
10. Русский балетный театр XX века.
11. Зарубежное искусство XX века.

РАЗДЕЛ: ИСКУССТВО БАЛЕТМЕЙСТЕРА (5-7 год обучения)

Этот предмет суммирует все знания, полученные учащимися на занятиях по основным дисциплинам и приводит их в целостную систему знаний, навыков и даёт возможность овладеть методом создания хореографического произведения, т.е. танцем. Этот раздел вводится в программу на 5-м году обучения. Обращение к этому разделу зависит от подготовленности учащихся.

Теоретический материал.

1. Основы хореографической драматургии.
2. Драматическое построение и хореографическое действие.
3. Хореографическая композиция как форма выражения содержания.

Параллельно с теорией возможна практическая работа по сочинению и постановке хореографических этюдов и танцев. Для этого используется пройденный материал данной программы. Исполнение этой работы осуществляется силами самих воспитанников на последнем году обучения. Работы учащихся могут быть использованы в отчётном концерте коллектива.

РАЗДЕЛ: ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА (1-7 годы обучения)

На начальном этапе разучиваются простые танцевально-ритмические комбинации и танцевальные этюды на основе пройденных движений. Музыкальное сопровождение соответствует возрастной тематике и имеет четко выраженное квадратное построение. Разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие. Хореографические номера ставятся на основе пройденных танцевальных движений.

За весь период обучения предмету «Народно-сценический танец» на основе проученного материала ставятся танцевальные номера в жанре народного, эстрадного, стилизованного народного танца. Обязательно присутствие в номерах хореографического замысла – идеи или воплощения определенного сюжета. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка, эстрадная

обработка народной музыки, возможно обращение к различным музыкальным размерам. Количество танцевальных номеров зависит от этапа обучения, подготовленности учащихся и материальных возможностей коллектива (пошив костюмов), а также наличия качественного музыкального материала. Возможно от 4 до 6 танцевальных номеров в год, в том числе сольных.

Учебно-тематический план сводных занятий по направлению

«Хореография» Ансамбль народного танца «Забава»

N темы	Название темы	Количество часов						
		1 год обучения	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год
1	Введение.	2	2	2	2	2	2	2
2	Работа над постановкой корпуса	12	12	12	12	12	12	12
3	Работа над развитием чувства ритма:	32	32	32	32	32	32	32
4	Работа над умением ориентироваться в пространстве:	12	12	12	12	12	12	12
5	Танцевальные элементы:							
6	Работа над репертуаром.	40	40	40	40	40	40	40
		46	46	46	46	46	46	46
ИТОГО		144 часа	144 часа	144 часа	144 часа	144 часа	144 часа	144 часа

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение программы ансамбля народного танца «Забава» направлено на формирование у обучающихся художественного способа познания мира, духовное и физическое развитие личности в процессе занятий искусством хореографии.

В процессе обучения по программе применяются следующие педагогические технологии:

- игровая технология; технология дифференцированного обучения;
- технология личностно-ориентированного обучения;
- информационные технологии;
- здоровьесберегающие технологии;
- технология проблемного обучения;
- технология сотрудничества;
- технология развивающего обучения.

Условия, необходимые для позитивной мотивации обучающихся:

- положительный психологический климат в коллективе;
- осознание ближайших и конечных целей;
- наличие любознательности и трудолюбия.

Специфика обучения хореографии связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Детям необходимо осмысливать указания педагога, слушать музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. При этом учитывается тип личности, уровень подготовки ребенка, его умение сосредоточиться на разных аспектах задания.

Для обучения танцам детей младшего школьного возраста необходимо использовать **игровой принцип**. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения обучающихся умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Следующий важный принцип работы – **принцип многократного повторения** изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

Из всего многообразия средств обучения **классический танец** отличается тем, что является фундаментом всей хореографической подготовки и основой высокой исполнительской культуры. Поэтому классический экзерсис, после изучения основных его элементов,

рекомендуется использовать в качестве тренажа на репетициях коллектива. Для того чтобы облегчить воспитанникам усвоение тем образовательной программы, занятие делится на три части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть включает построение обучающихся на середине зала и настрой на занятие (взаимные приветствия детей и педагога), маршировку, бег и вспомогательные корригирующие упражнения на полу для подготовки мышц, суставов и связок к нагрузке.

Основная часть подразумевает работу над постановкой корпуса, ног, рук и головы для формирования балетной осанки, выработку выворотности ног в упражнениях у станка и на середине зала, развитие гибкости, отработку шага, прыжка, развитие силы и выносливости.

Заключительная часть включает, в основном, движения для развития танцевально-ритмической координации и выразительности. Они также направлены на то, чтобы снять нервное и физическое напряжение, поднять эмоциональный тонус у детей. В этой части разучиваются и повторяются музыкальные этюды, композиции.

Ведущими **методами обучения** детей хореографическому искусству являются:

- наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);
- объяснение методики исполнения движения;
- демонстрация иллюстраций (наглядные пособия, видеоматериал);
- сравнение;
- повторение.

Ребенок должен знать хореографическую терминологию, пользоваться ею на занятии. Использование точной, грамотной терминологии позволит постепенно отойти от практического показа, разовьет внимательность обучающихся и их способность воспринимать словесную информацию.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться в такт музыке.

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица, играть с ними в «маски» (грустная, веселая, сердитая). На занятиях активно используется психофизический тренинг на снятие эмоциональной закрепощенности (см. приложение «Система творческих заданий в ансамбле народного танца «Забава»)

Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

Использование музыкального материала на занятиях по джаз-модерн танцу. Музыкальный материал на занятиях по джаз-танцу зависит от структуры занятия. Для «Разогрева» используется ритмичная музыка свингового характера. Для «Изоляции» подходит быстрая ритмичная музыка с чётким акцентом на первую долю. В разделе «Упражнения для позвоночника» возможны разные музыкальные размеры, но не стоит особо усложнять ритм. В разделе «Кросс» выбор музыки зависит от характера комбинации, ритм зависит от типа шага. В дальнейшем может использоваться более сложная музыка различных стилей. Музыкальный материал должен соответствовать разделу урока, а комбинации должны выстраиваться в зависимости от целей и задач.

Материально-технические условия реализации программы.

Обеспечение учебным помещением. Для успешного усвоения необходимых знаний, умений и навыков, важную роль играет правильно оборудованный кабинет (большое, светлое и хорошо проветриваемое помещение), где проводятся занятия. Для осуществления учебного процесса в кабинете имеются инструкции по охране труда при проведении занятий по хореографии, правила поведения на занятиях, инструкция по противопожарной безопасности. Кабинет должен соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям.

Инструменты и приспособления.

- хореографический станок;
- зеркала;
- фортепиано; баян;
- наличие звуковоспроизводящей аппаратуры (с точки зрения многофункциональности, предпочтительно наличие ноутбука);
- костюмы и обувь для занятий и для концертных выступлений.

Дидактические материалы и методические пособия.

Программа ансамбля народного танца «Забава» включает в себя следующие разделы:

- ритмика;
- партерная гимнастика;
- музыкальная азбука;
- классический танец;
- народный танец (русский танец; танцы народов мира);
- современный танец (основы бального танца; джаз-модерн);
- история хореографии;
- искусство балетмейстера;
- постановочная работа.

С учётом изучения материала по вышеперечисленным дисциплинам, на занятиях используются:

- диски с подборкой музыкального материала с четким ритмом, характером и темпом, различными музыкальными размерами;
- учебное пособие «Танцы. Начальный курс», где подробно расписаны упражнения для разогрева мышц;
- учебное пособие «Классический танец» с четким описанием позиций ног и рук, основных движений классического танца;
- видеозаписи выступлений различных танцевальных коллективов;
- современное учебное пособие по народному танцу, где подробно описаны особенности народного танца, положение рук и ног в народном танце, описание основных движений народного танца;
- схемы комбинаций движений по народному танцу.

Список литературы:

профессиональная и педагогическая:

1. Асафьев Б. Статьи, рецензии, воспоминания. М., 1974.
2. Н.К. Беснятова «Программа педагога дополнительного образования: от разработки до реализации», Айрис-пресс, 2003г.
3. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983.
4. А.Н. Беликова «Бальные танцы» М. Сов. Россия, 1978г.
5. Богданов Г. Самобытность русского танца. М., 2002.
6. Богданов Г. Хореографическое образование. М., 2001.
7. Бриске Э. Ритмика и танец. Ч. I,II. – Челябинск: ЧГИК, 1993.
8. Буданова Г.П. Материалы по определению качества обучения в дополнительном образовании. – М., 1999.
9. Ваганова А. Я. Основы классического танца. М., 1980
10. Васильева Е. Танец. М., 1968
11. Васильева-Рождественская. Историко-бытовой танец, М. «Искусство», 1987г.
12. А.В. Вербицкая «Основы сценического движения», М.: 1973г.
13. Головина С. Н., Григорович Ю. Н. Там, где рождается танец. М., 1977.
14. Головина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М., 1989
15. Гюнтер Х. Джазовый танец. История, теория, практика. – Берлин, 1982.
16. Д.А. Ермакова «От фокстрота до квикстепа». М.: ООО «Издательство АСТ», Донецк: «Сталкер», 2004г.
17. О.В. Ерохина «Школа танцев для детей» Ростов п/д Феникс, 2003г.
18. Заикин Н. Областные особенности русского народного танца. М., 2002.
19. Захаров Р. Слово о танце. М. Д1979.
20. Захаров Р. Записки балетмейстера. – М., 1976.
21. Классический танец: Методическая разработка для преподавателей школ искусств. – М., 1988.
22. Климов А. Особенности русского народного танца. М., 2002.
23. Климов А. Русский народный танец. М., 2002.
24. Кон И.С. Психология ранней юности. – М., 1989.
25. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. М., 1981.
26. Л.Смит «Танцы. Начальный курс», М.: Артель АСТ-2001г.
27. Танцы народов России. Сборник народных танцев. М.: Сов. Россия 1970г.
28. Советский балетный театр. М., 1976.
29. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство 1971.,
30. Тейдер. В. Александр Лапаури. М., 1980.
31. Устинова Т. А. Избранные русские народные танцы. М., 1996.
32. Федорова Г. Танцы для развития детей. М., 2000

- литература для воспитанников и родителей:

1. А.В. Вербицкая «Основы сценического движения», М.: 1973г.
2. Е.А. Гринберг «Растем красивыми» Новосибирск, 1992г.
3. История костюма. М.: Искусство, 1996г.

СИСТЕМА ТВОРЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ В АНСАМБЛЕ НАРОДНОГО ТАНЦА «ЗАБАВА»

Детское творчество тесно связано с игрой, с поиском нового, интересного и необычного. В процессе творчества, как и в игре, ребенок стремится опробовать разные роли. Система творческих заданий помогает детям войти в образное содержание выбранной роли, а перевод образа из одного художественного ряда в другой уйти от общих шаблонов и развить ассоциативное мышление. Построение заданий от частного к общему предполагает общение детей по поводу созданного, то есть его исполнения и восприятия.

Упражнения на доверие и релаксацию.

В процессе выполнения приведенных ниже упражнений дети обретают доверие друг к другу, становятся спокойнее и внимательнее.

- *Дети выстраиваются таким образом, чтобы один стоял спиной к тем, кто будет его ловить.*

За его спиной 4-5 человек договариваются, кто будет держать голову, кто ловит лопатки, кто "мягкое место" падающего. Задача падающего назад, довериться себя другим детям, и упасть "столбиком", не прогибаясь.

Методический комментарий: это упражнение можно использовать не только для развития доверия, но и как тест на доверие. По моим наблюдениям, дети, малообщительные в коллективе, не очень доверяют своим товарищам, а ребята, имеющие задатки лидера, падают, не раздумывая.

В старшем возрасте, когда дети физически сильнее, можно использовать падение со стула. Те, кто ловит должны четко исполнять свои роли ловящих, неся чувство ответственности за товарища.

- *Дети лежат на полу на спине, ноги и руки раскрыты в сторону.*

Задание 1.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда желток смешался с белком и получилась расплывающаяся и растекающаяся масса непонятно чего.

Задание 2.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда желток остался круглым, а белок растекся.

Задание 3.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда яйцо

внезапно разбили на раскаленную сковороду.

Методический комментарий: умение расслабляться поможет в последствии снять физические зажимы на сцене. А последнее заданье, как правило, вызывает бурю эмоций. Можно дать возможность детям поочередно понаблюдать за фантазией друзей.

- *Дети делятся на пары.*

Задание 1. Один лежит на полу и представляет себя расплывшимся яйцом. Другой входит в роль скульптора и лепит лежащего, представляя его в роли пластилина или песка, как дети часто это делают на пляже. Начинает с ног, аккуратно проходя коленные чашечки, переходит на руки, вылепливая каждый пальчик, заканчивает головой. Потом дети меняются местами.

Методический комментарий: помимо релаксации, это упражнение развивает доверие того, кого лепят, к тому, кто лепит. Дети учатся доверять друг другу через физические ощущения. Это упражнение является начальным тренингом в технике контактной импровизации. Упражнение не такое скучное, как кажется с первого раза. У всех, практически, деток присутствует чувство щекотки, они начинают хихикать, в такие моменты снимается психологическое напряжение между мало общающимися детьми.

Задание 2.

И.П. то же. Теперь, стоящий отрывает медленно от пола поочередно ноги, руки, а потом и голову лежащего от пола, пытаясь почувствовать, насколько лежащий расслабил эту часть тела. А тот, который лежит, пытается максимально расслабиться и довериться стоящему.

Методический комментарий: если лежащему удаются хорошо расслабиться, дети удивляются особенно тому, что голова бывает такой тяжелой.

- *Дети сидят на полу в свободной удобной позе.*

Делается глубокий вдох, взгляд в потолок, на выдохе голова опускается подбородком на грудь, при этом максимально расслабляются мышцы шеи и есть ощущение, что за головой тянется верхний отдел позвоночника. Это упражнение делается раз 7-8.

Методический комментарий: при правильном исполнении должно быть ощущение, что голова с каждым разом делается все тяжелее. В данном случае снимается шейный мышечный зажим. Умение расслаблять мышцы шеи избавит, в последствии, ребенка от последствий нагрузок на верхний и шейный отдел позвоночника.

- *Дети стоят по невывор. II поз. ног. свободно, руки опущены вниз.*

Поочередно в свинге расслабляем мышцы шеи, плечи, грудную

клетку, поясницу, постепенно опускаясь вниз. В таком положении, полностью расслабляясь, медленно поднимаемся обратно. Здесь надо добиться достаточной свободы позвоночника. Релаксация позвоночника, распределение расслабления путем освоения технического принципа джаз-модерн танца: roll down, roll up.

Методический комментарий: В качестве эксперимента на занятиях вводился тренинг актерского мастерства, который был проработан на основе психофизического тренинга актерского мастерства, разработанного на кафедре Московского института культуры и искусств педагогом Клубковым Сергеем Вячеславовичем. Тренинг содержит элементы системы Станиславского, и был адаптирован к применению в детских творческих коллективах на базе Нижегородского театра «Листопад» педагогом дополнительного образования Ириной Шварц.

В результате занятий снимается этот страх, раскрывается внутренний мир, рушатся стереотипы, штампы, формируется креативное индивидуальное мышление. Данный тренинг необходим для раскрытия творческого потенциала любого учащегося. Он развивает внимание, воображение, фантазию, свободу мышц, умение общаться, чувство партнера и импровизации и многие другие качества, необходимые юному артисту. Развивается креативное мышление, способность мгновенно проявлять на подсознательном уровне, даже вытаскивать из глубин своего "я" творческий образ.

Упражнение на развитие сценического внимания.

Задание 1. Повторяя движение за педагогом, дети должны хлопнуть в ответ - как бы поймать хлопок. В данном упражнении потом можно «похулиганить» – промахнуться в хлопке, симитировать хлопок, но не хлопнуть. Теперь мы представляем, что нас связывают невидимые нити и надо поймать движения педагога. Это могут быть движения руками, хлопки, перемещения из стороны в сторону, вперед и назад.

Задание 2. По хлопку мы замираем в различных формах, фигурах, изображая какую – либо эмоцию, пытаюсь поймать хлопок всем телом. Чем интереснее фигура, тем лучше, т.е. то, что первое придет в голову.

Упражнение на развитие творческой свободы.

Задание 1. Перед каждым ребенком как будто бы стоят баночки с разными красками, а все пространство вокруг - это большой холст. Под приятную детскую музыку дети начинают рисовать вокруг себя картины, импровизируя на ходу. Рисуем картины раскрытой ладошкой, показывая и процесс макания ладошки в краску.

Задание 2. Повторяет первое, но теперь мы включаем разные уровни пространства: лежа на полу, сиды на коленях, сидя на корточках, в plie, стоя, поднимаясь на полупальцы, включая прыжок.

Упражнения на работу в пространстве.

Задание 1. Начинаем двигаться по залу, занимая всю площадку так, чтобы не осталось ни одного свободного места. Всего 10 скоростей движения, 5ая – обычный шаг. Ходим на разных скоростях.

Задание 2. Ходим, изображая паутинку, гром и молнию, пластилин, утреннее облако, гусеницу, «финтифлюрду».

Методический комментарий: Очень важно делать по хлопку, так нет возможности подумать - это рушит стереотипы. Выскакивает первый спонтанный образ, не дать успеть вспомнить, подумать, как это должно быть правильно, надо бояться повторяться. Что такое «финтифлюрда» не знает никто, но то, что вспыхивает первое, то и правда.

Упражнения на взаимодействие.

Задание 1. Разбиваемся на тройки и таким же образом, долго не думая, пытаемся изобразить: работающий вентилятор, бутерброд, кактус, жирафа.

Задание 2. В парах можно сделать упражнение «кукловод», изображая кукол – марионеток и кукловода.

Задание 3. Упражнение на групповое взаимодействие «Стоп- кадр».

Делимся на две большие группы. В каждой группе распределяемся, кто на какой счет делает движение: на «раз»- выбегает один, замирая в позе, на «два» - выбегает следующий и замирает в позе, продолжая картинку и т. д. В конце мы смотрим, какой стоп кадр получился, какое взаимодействие получилось и как мы друг друга понимаем.

Упражнения на развитие мышц лица.

Задание 1. Смотря в маленькое зеркальце соорудить всевозможные рожицы, делать это до тех пор, пока не устанут мышцы лица.

Задание 2. Убрать зеркальце и соорудить рожицы своим товарищам и при этом не рассмеяться.

Задание 3. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву "А".

Задание 4. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву "О".

Задание 5. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву "У".

Задание 6. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву "Ы".

Задание 7. Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "А" и "О".

Задание 8. Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "У" и "Ы".

Задание 9. Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "А" и "Ы".

Задание 10. Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "У" и "О".

Методический комментарий: Все упражнения желательно делать, смотря в зеркало для того, чтобы физически увидеть и прочувствовать работу мышц лица, особенно, когда работаем с чередованием "У" и "О". Все буквы проговаривать звуком, проговаривать надо вслух и громко.

Все упражнения делаются до тех пор, пока не устанут мышцы лица. Когда держим букву "А", не обязательно очень широко раскрывать рот, так можно от усердия вывихнуть челюсть, своеобразная техника безопасности.

В процессе репетиционной работы можно протанцевать свои номера с разными масками.

Танцуя одну из постановок, дети держат звук "А" от начала и до конца танца. Следующий танцевальный кусок мы отрабатывается со звуком "О", следующий со звуком "У", далее со звуком "Ы".

Впоследствии, можно включить в зависимости от характера танцевального номера маски: «Улыбка», «Удивление», «Испуг», «Плач», «Злость».

Методический комментарий: Важно, чтобы дети держали звук или маску на протяжении всей танцевальной комбинации или номера, чтобы уставали мышцы лица. Детям - этот процесс очень интересен, все проходит довольно весело. Кто не выдерживает и начинает смеяться. Со временем включается механизм ассоциаций. В процессе выступления на сцене, они вспоминают этот веселый момент на уроке, маску, которая у них ассоциируется именно с этим танцевальным номером, передавая те или иные эмоции. Занятия по развитию мышц лица обогащают исполнительское мастерство детей, мышцы лица делаются более свободными, улыбка естественной. Это дает максимальную свободу для техничного исполнения номера.

Система творческих заданий д/о «Тысячелетие» помогает достичь следующих результатов:

- в процессе занятий дети научатся креативно мыслить,
- у детей проявится раскрепощенность и артистическая свобода в выражении своих эмоций на сцене;
- дети избавятся от многих комплексов и двигательных и психологических зажимов.

Мониторинг образовательного уровня обучающихся

Подготовительный уровень	Начальный уровень	Уровень усвоения	Уровень совершенствования
Знаниевый уровень (знания, умения, навыки) <i>метод - тестирование</i>			
Знакомство с образовательно-образовательной областью	Владение основами знаний	Овладение специальными ЗУНами	Допрофессиональная подготовка
Мотивационный уровень (мотивация к знаниям) <i>метод - анкетирование</i>			
Неосознанный интерес, навязанный извне или на уровне любознательности. Мотивация случайная, кратковременная	Интерес иногда поддерживается самостоятельно. Мотивация неустойчивая, связанная с результативной стороной процесса.	Интерес на уровне увлечения, поддерживается самостоятельно. Устойчивая мотивация. Ведущий мотив: добиться высоких результатов	Чётко выраженные потребности. Стремление изучить предмет глубоко как будущую профессию
Творческий уровень <i>метод - наблюдение</i>			
Интерес к творчеству и инициативу не проявляет; отказывается от поручений и заданий. Производит операции по данному плану. Нет навыков самостоятельного решения проблем	Социализация в коллективе. Инициативу проявляет редко. Испытывает потребность в получении новых знаний. Добросовестно выполняет поручения и задания. Проблемы решает, но при помощи педагога	Есть положительный эмоциональный отклик на успехи свои и коллектива. Проявляет инициативу, но не всегда. Может выдвинуть интересные идеи, но часто не может оценить их и выполнить	Вносит предложения по развитию деятельности объединения. Легко и быстро увлекается творческим делом. Оригинальное мышление, богатое воображение. Способен к рождению новых идей
Уровень достижений (результативность работы) <i>метод – портфолио</i>			
Пассивное участие в делах творческого объединения	Пассивное участие в делах творческого объединения, учреждения	Значительные результаты на уровне района, города	Значительные результаты на уровне города, области, России

**Результаты мониторинга
образовательного уровня обучающегося**

Фамилия, имя _____

Образовательное объединение _____

Педагог допобразования _____

сроки	1-й показатель (знаниевый)	2-й показатель (мотивационный)	3-й показатель (творческий)	4-й показатель (достижений)
декабрь 2023 г				
май 2024 г				

Общий вывод _____
